

Recensent: Merthe van der Bruggen

Annette Born: 'Uitgelijnd' Leven met een gastric bypass' Nederlandse Auteurs Uitgeverij, Blaricum 2013. ISBN: 9789491535222 (Morbide obesitas, gastric bypass, anorexia/ED/PO/AG/1). Zie ook:

<http://www.postorderboekhandel.nl/uitgever/NederlandseAuteursUitgeverij/>

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Openhartig en zorgvuldig samengesteld voorlichtingsmateriaal over de vele aspecten van een gastric bypassoperatie, gericht op lotgenoten en zorgverleners.

Ervaringsdeskundige Annette Born vertelt haar persoonlijke verhaal en verbindt dit op heldere wijze aan medische theorie. Zij beantwoordt vragen waarop zij destijds zelf geen antwoord kreeg en interviewt andere ervaringsdeskundigen en een aantal (para-)medische professionals. Met aandacht voor het perspectief van de partner en opzienbarende vóór en na foto's. Boek van 132 pagina's.

Over de schrijfster:

Annette Born (1971) is getrouwd en heeft een dochter. Zij worstelt van jongs af aan met haar gewicht. Als tiener lijdt zij aan anorexia. Op haar 40^e heeft zij zoveel last van overgewicht, dat zij een maagband laat aanbrengen. Dit lijkt te werken. Helaas krijgt ze een complicatie. De maagband moet verwijderd worden. Binnen drie maanden is ze terug bij af.

Na het doorlopen van het nazorgprogramma van de Nederlandse Obesitas Kliniek in Hilversum wordt Annette er zorgcoördinator. Zij start haar eigen coachingspraktijk en schrijft haar eerste boek in 2010. In 2012 ondergaat zij een gastric bypassoperatie. In één jaar valt ze 45 kilo af. Annette is nog steeds op gewicht.

Van dezelfde auteur:

- *'Help! Ik wil een maagband'* (2010)

- *'Van dik naar dun, mijn leven voor en na een maagverkleining'* (maart 2014)

Zie ook www.annetteborncoaching.nl

Korte Beschrijving:

Goed gedocumenteerd voorlichtingsmateriaal over alle facetten van een gastric bypassoperatie, omlijst door een openhartig ervaringsverhaal. De auteur heeft een lijnverleden van meer dan 25 jaar en onderging de operatie zelf. Haar belangrijkste boodschap is dat een dergelijke operatie slechts een hulpmiddel is. Het is geen wondermiddel en het brengt risico's met zich mee. Al wordt het lichaam van de patiënt geopereerd, hij of zij zal zijn denken zelf moeten hervormen. Alles staat of valt met motivatie.

Wat viel op:

Men denkt nog vaak dat ernstig overgewicht een gevolg is van een gebrek aan ruggengraat. In werkelijkheid kunnen veel mensen met overgewicht prima afzien. Het helpt hen alleen niet voldoende! Iemand die eenmaal dertig of meer kilo's

overgewicht heeft, komt daar niet zomaar vanaf. Vaak kan alleen operatief ingrijpen dan nog een oplossing bieden.

De auteur weet de informatie op een overzichtelijke manier te presenteren. Ze maakt veel gebruik van opsommingen en vraag- en - antwoord. Al vertelt ze openhartig en boeiend over zichzelf, ze kijkt nadrukkelijk verder dan haar eigen verhaal en stelt het in dienst van mensen die nog worstelen met hun overgewicht. Zij biedt lotgenoten de gelegenheid om hun eigen keus te maken op basis van gedegen informatie. Daarom is dit boek eerder voorlichtingsmateriaal dan een egodocument.

Citaten:

- Pag.14: 'Ik voelde de blikken van de boze buitenwereld prikken in mijn rug: *wat is ze dik geworden*. Was ik twintig kilo kwijt, dan waren de reacties niet van de lucht: *je was ook wel heel dik*. [...] Ik maakte van mezelf een kermisattractie, althans, zo voelde ik het. Minderwaardigheidscomplex was geboren. Ik ademde min-der-waar-dig-heids-com-plex...'
- Pag.79: 'Mijn boodschap aan de buitenwereld is: deze operatie is een hulpmiddel dat mij goed geholpen heeft. Maar niemand moet zich blind staren op de operatie. Je hebt levenslang. Altijd. Of je nu wilt of niet. Je moet je absoluut goed kunnen inbeelden wat de gevolgen zijn van zo'n ingreep. Lees veel, haal informatie uit alles wat je maar te pakken kan krijgen.[...] Doe het niet voor de ander, enkel voor jezelf.'

Recensie / extra: (Bron: www.bol.com): C. Witjens-v.d. Burg: ' (...) Na een kort persoonlijk verhaal hoe zij tot de beslissing kwam om een gastric bypassoperatie te ondergaan, wordt de lezer in verschillende hoofdstukken, objectief, over de verschillende aspecten van deze operatie ingelicht. (...) Drie persoonlijke verhalen maken duidelijk dat een gastric bypassoperatie niet zo eenvoudig is als het lijkt en ook de gevolgen op gebied van onder andere voeding en kleding komen hierbij aan bod. Dit wordt afgewisseld met interviews met zorgverleners die betrokken zijn bij deze operatie zoals een chirurg, anesthesist, diëtist en psycholoog. Niet veel aandacht voor lichaamsbeweging.'